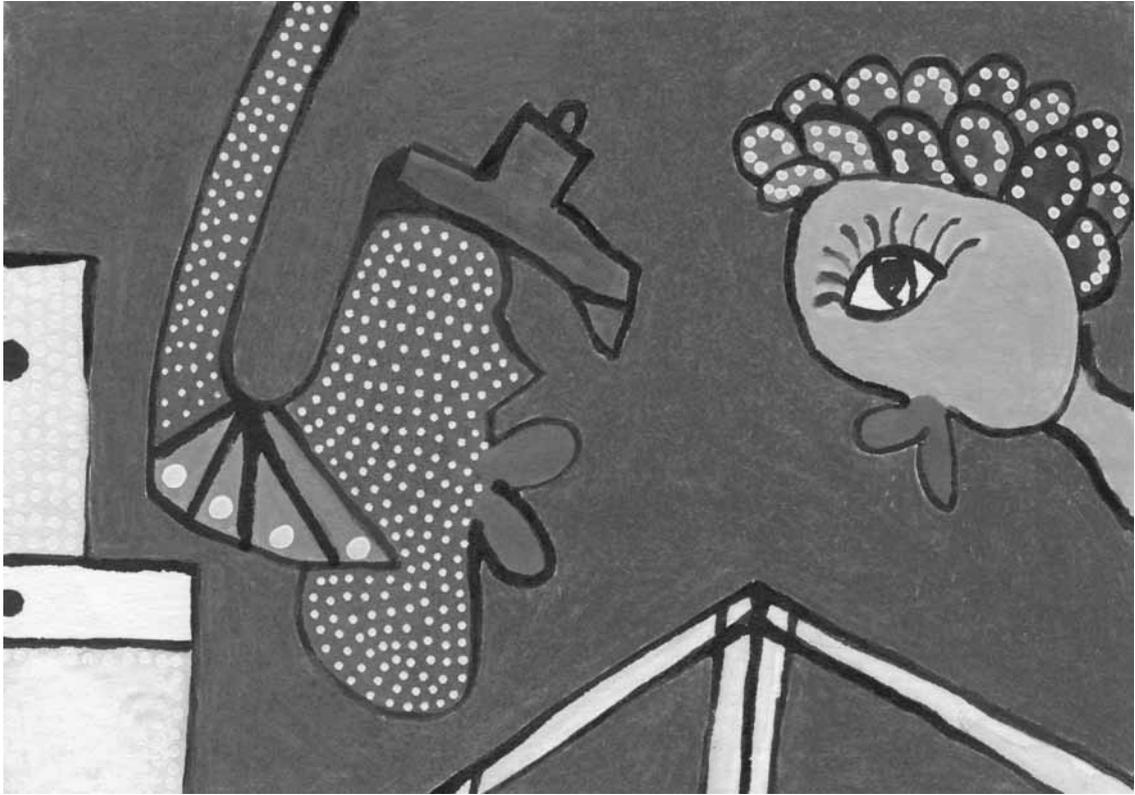


*Mitgliedsorganisationen*  
*Vorstellung der*



Doris Kleinz

# Salutogenese im Elementarbereich

## Das Familienzentrum für Stockum und Horst - Auf dem Weg zum salutogenetischen Blick als Fachstandard

MARTINA STOLTE

In heutigen Gesellschaftsstrukturen orientiert sich Bildungsarbeit wesentlich an der Aufarbeitung von so genannten Defiziten. Kindertageseinrichtungen werden aktuell von diversen kommerziellen Anbietern mit Literatur und Materialien zur „Bekämpfung“ von Wahrnehmungs-, Sprach-, Bewegungs- oder Sozialdefiziten überschwemmt. Es entsteht der Eindruck, dass Kinder im Elementarbereich ohne gezielte Förderung ihrer weniger ausgeprägten Talente keinen gelingenden Start in die Schullaufbahn erlangen können.

Eltern sind verunsichert. Sie bringen ihren „Schatz“ in unsere Einrichtung, wollen beste Bedingungen für ihr Kind.

Gefragt nach den Wünschen für ihr Kind in dessen Kindergartenzeit antworten die meisten Eltern spontan:

Mein Kind soll sich wohl und angenommen fühlen. Es soll gerne in den Kindergarten gehen und dort Freunde finden. Die Erzieherin soll mein Kind individuell wahrnehmen, es unterstützen und gern haben.

Intuitiv treffen Eltern damit den Kern des salutogenetischen Ansatzes, den wir im Familienzentrum Stockum und Horst konzeptionell verankert haben.

Unser Familienzentrum NRW besteht aus drei Kindertageseinrichtungen mit insgesamt etwa 130 Familien, die in einem ökumenischen Modell seit 2008 durch PädQuis Berlin zertifiziert, gesundes Aufwachsen für Kinder und ihre Familien in den Fokus nehmen.

*„Akzeptanz, Sicherheit und Einbindung sind Grundvoraussetzungen für gesunde Entwicklung, es sind primäre Bedürfnisse, die sich auch in dem von Antonovsky definierten Kohärenzgefühl wiederfinden.“ (Christina Krause / verbunden gesunden – Zugehörigkeitsgefühl und Salutogenese. Bad Gandersheim: Verlag Gesunde Entwicklung 2007).*

Trotz des Wissens um die elementar wichtigen Faktoren für gesundes Aufwachsen kommen Eltern mitunter in Stress angesichts der von Wirtschaft und Medien düster dargestellten Zukunftsaussichten für ihre Kinder.

Wir nehmen die Sorgen und Bedürfnisse der Eltern ernst. Um jedoch einer Verschulung im Elementarbereich entgegenzuwirken, erleben Eltern bei uns die in Finnland geprägte „Pädagogik des Willkommenheißen“.

*„So wie du bist, in deiner Einzigartigkeit, mit deinen Besonderheiten und Unzulänglichkeiten, bist du hier willkommen“ (vgl. Koskus-Gärtner 2007, Christina Krause: In: /verbunden gesunden... (s.o.)).*

Wir möchten Eltern in dieser Zeit dabei unterstützen, ihre Gedanken und Sorgen wahrzunehmen, Ressourcennutzung und Chancen an die Stelle von Förderaktionismus zu setzen.

Es ist unser Anliegen, das Wesentliche wieder sichtbar und verstehbar zu machen. Hier setzen Kurse zur Stärkung der Elternkompetenz wie FuN, Kess oder Starke Eltern – Starke Kinder im Familienzentrum an. Das Vorhandensein von wirklicher Begegnung und gelingender Kommunikation im Kita – Alltag ist der Schlüssel dazu, Gesundheit jeden Tag neu entstehen zu lassen und Qualitätsentwicklung zu verfolgen.

Salutogenetische Orientierung ist in der Kita als gesundheitspädagogisch motiviertes Konzept angesiedelt.

Salutogenese ist demnach keine Methode, sondern eine Blickrichtung, eine Haltung, die atmosphärisch, zwischenmenschlich und individuell wirkt.

Unser Ziel ist es, dass Familien sich in der Begegnung wertgeschätzt, respektiert und angenommen fühlen. Dieses gilt in gleichem Maße für Kinder wie für Erwachsene.

In Teamfortbildungen, Elternfortbildungen und Perspektivgesprächen mit den Trägern wird das Wesen der Salutogenese inhaltlich vermittelt.

Indem sich durch die Kommunikation und die Orientierung an salutogenen Kriterien diese Haltung in der aktiven Arbeit mit Familien multipliziert, wächst die Chance, dass die Verbesserung von Gesundheit und Wohlbefinden als eine gesamtgesellschaftliche Aufgabe wahrgenommen wird.

Wir halten es für wichtig, dass Kinder eine gesunde Balance zwischen Versorgung und Selbstbestimmung erleben.

Durch Beobachten und Dokumentieren von Spielsituationen oder einzelnen Interessen der Kinder werden die pädagogischen Angebote gestaltet.

Schon Martin Buber stellte fest, dass Erziehung in erster Linie Beziehung ist.

Bindungsforscher und Neurowissenschaftler unterstreichen mit ihren Untersuchungen die immense Wichtigkeit jeglicher Kommunikation der Menschen untereinander von Geburt an.

*Spiel, Berührung und Zuwendung drücken in unendlicher kultureller Vielfalt aus: du bist uns wichtig! (Aaron Antonovsky)*

Um mit den ihnen anvertrauten Menschen in Beziehung zu treten, sind gute Selbstkenntnis, Rollenklarheit, Resonanzfähigkeit und Gelassenheit der Erzieher/innen wichtige Voraussetzungen.

Somit steigt auch der Stellenwert von Gesundheitszirkeln für Fachkräfte.

Supervision und Selbstfürsorge sind wichtiger Bestandteil unserer Teamentwicklung.

Besonderer Anteil kommt der salutogenen Kommunikation (Sal-Kom) zu.

Dieses Instrument ist unserer Meinung nach im pädagogischen Bereich von besonderer Bedeutung. Dieser Kommunikation liegt eine salutogenetische Orientierung auf Ressourcen und attraktive Ziele zugrunde.

### Beispiel:

Kind: Immer lässt mich die Lea nicht mitspielen...

Erzieherin: Wie fühlst du dich denn jetzt?

Kind: Ich bin traurig.

Erzieherin: Was möchtest du denn jetzt am liebsten?

Kind: Ich will auch in der Puppenecke mitspielen.

Erzieherin: Hast du eine Idee wie es weitergehen kann?

Kind: Ich geh noch mal hin und frag, ob ich die Schwester sein kann.

Erzieherin: Das ist eine gute Idee.

Das Kind macht sich seine Emotion bewusst, äußert einen Wunsch und kommt ins Handeln.

Aus diesem Modell der Salutogenen Kommunikation wird deutlich, dass gerade im Elementarbereich die Entstehung von nachhaltiger Gesundheit an der Basis angeregt werden kann.

Schon bei der Anmeldung der Kinder in die Kita werden Eltern mit ihren eigenen Bedürfnissen und Vorstellungen ernst genommen. Durch die ganzheitliche Sicht auf das System Familie und auf dessen Stärken, werden Ängste und Befürchtungen vor dem Start des Kindes in die Kita durch positive Impulse in der Selbstregulation gewandelt.

Das Bedürfnis bedeutsam zu sein entwickelt sich im emotionalen Bereich. Antonovsky spricht von mehrdimensionaler Gesundheit. Das Wissen darum gibt uns Erziehern die Chance, Kindern und ihren Eltern mit einer salutogenen Haltung zu begegnen. Das Bedürfnis nach stimmiger Verbundenheit ist oberstes Prinzip der Selbstregulation.

Wenn beispielsweise im Elterngespräch gefragt wird: „Was glauben Sie, wie möchte sich Ihr Kind bei uns fühlen?“, erhöht diese Frage beim Erwachsenen die Aufmerksamkeit für das Bedürfnis des Kindes. Wird es Alltag, Gespräche über die Steigerung von Qualität mit salutogenem Hintergrund zu führen, erleben alle Beteiligten mehr Zugehörigkeit und Verbundenheit mit dem System.

Kinder, Eltern, Mitarbeiter und Kooperationspartner reflektieren so regelmäßig über Ziele, Sinn und Entwicklung des Familienzentrums. Durch Partizipation, gutes Selbstverständnis und Möglichkeiten der Einflussnahme bzw. Mitgestaltung entsteht ein Kohärenzgefühl.

*Gesundheit ist weniger ein Zustand als eine Haltung, und sie wächst mit der Freude am Leben. (Thomas von Aquin, Theologe)*

Wir wissen noch nicht, welche speziellen kognitiven Fähigkeiten die jetzigen Kindergartenkinder in 10 bis 20 Jahren in der Welt beweisen müssen. Es ist aber unumstritten, dass ein gesundes Selbstwertgefühl, Vertrauen in die eigenen Ressourcen, ein erlebtes Gefühl von Zugehörigkeit und die Fähigkeit zur Empathie den Kindern in jeder Situation helfen werden.

Eine salutogenetische Orientierung ist für die Pädagogik ein wunderbares Instrument den notwendigen Paradigmenwechsel mitzugestalten. ■

### Martina Stolte, Jahrg. 1965

Erzieherin  
Leitung der kath. Kita St. Sophia, Werne  
Kursleiterin Deutscher Kinderschutzbund (Starke Eltern – Starke Kinder)  
Leitungsteam Familienzentrum für Stockum und Horst, Werne  
Dozentin Elternschule und Qualifizierung von U3 – Fachkräften  
Beraterin für salutogene Kommunikation  
Derzeit konzeptionelle Weiterentwicklung des Gedankens der Salutogenese im Elementarbereich  
Ab 2012 Coach für salutogene Kommunikation  
**Kontakt:**  
Kath. Kita St. Sophia  
Kirchstraße 15  
Tel.: 02389/6957  
Familienzentrum Stockum und Horst  
info@familienzentrum-stockum-horst.de  
www.familienzentrum-stockum-horst.de



# Die Wirkkraft ätherischer Öle aus aromakundlicher Sicht

JÜRGEN TROTT-TSCHEPE

Düfte - und die damit einhergehenden Empfindungen - sind von grundlegender Bedeutung und unvergesslich. Zudem sind sie nur schwer zu beschreiben. Die Duft-Empfindungs-Reaktion scheint tief im Innern des Menschen abzulaufen, und nicht immer sind wir uns ihrer bewusst.

Dabei spielt es keine Rolle, ob er gut oder nur zeitweise oder überhaupt nicht fähig zum Riechen ist, einen Duft bewusst oder nur unterschwellig wahrnimmt oder wach ist oder schläft.

Dass ein Mensch in Folge der Öl-Begleitung wieder Lebensmut fasst, sich seiner Gaben zur Lebensmeisterung bewusst wird, im Schlaf zu wichtigen Problemlösungen gelangt, sich an ursprüngliche Lebensziele zu erinnern beginnt und vieles andere mehr, das lässt sich am Ehesten bezeichnen mit dem Wirksamwerden von - Kraftfeldern -, in die die ätherischen Öle Startimpulse geben.

Die aromakundliche Forschung orientiert sich an der Wirkung auf die gesamte Persönlichkeit eines Menschen in ihrem komplexen Zusammenspiel physiologischer, emotionaler, psychischer, mentaler, biographischer, sozialer, religiöser, klimatischer und anderer Faktoren.

Ätherische Öle geben hierin notwendige Impulse an unsere gesamte Persönlichkeit und ihren Organismus, die, so sie brachliegen, in Not mobilisiert werden können.

Dabei geschieht das, was diese Persönlichkeit unserer Erfahrung nach zu einer ganzheitlichen Entwicklung braucht.

Es wird dabei auch völlig Unerwartetes, vorübergehend Mühsames, doch in 25 Jahren aromakundlicher Arbeit noch nie Gefährdendes als Wirkung geschildert. Bei rechter Anwendungsweise der äther. Öle (wie minimaler Dosierung ohne direkten Haut- oder Schleimhautkontakt in 1%er Verdünnung) helfen sie letztlich zum Wohle des Patienten: Angefangen bei Fieber oder Durchfall über Ausschläge hin zu starken Stimmungsschwankungen bis zu alptraumartigem Verarbeiten eines Geschehens; vergleichbar den sogenannten - Erstverschlimmerungen - in der Homöopathie. Wir nennen sie ‚Heilreaktionen‘, da der Organismus sich z.B. mit Hilfe von Ausleitungen von Überflüssigem entledigen kann, sich durch Fieber an eigenständige Immundefähigkeit erinnert oder in Träumen sich Sinnangebote bildhaft zeigen.

Das könnte z.B. bei einer Angstproblematik im Einzelnen Folgendes heißen:

- Rührt die Angst von einer völligen Überreizung her bzw. der Not, eine Flut selbst von subtilsten Reizen nicht mehr bewältigen zu können und besteht ein Bedürfnis nach feinsinnigem Schutz davor, so liegt das ätherische Öl der Römischen Kamille nahe.
- Neroli-Öl kommt in Frage, wenn ein Mensch in Folge stark beängstigender Prüfungen, aber auch traumatischer Verluste sich als hilf- und haltlos erlebt und einen sanfte seelische Rückbindung sucht, die in der Not immer spürbar ist.

- Ätherisches Öl der Bergamotte stärkt einen Menschen sowohl im Umgang mit seinen Befürchtungen zu versagen als auch bei seiner Niedergeschlagenheit, im Vergleich mit eigenen und fremden Ansprüchen nicht zu genügen.
- Berg-Lavendel-Öl empfiehlt sich, wenn ein Mensch Frieden mit sich oder anderen finden möchte bzw. in der Angst vor andauerndem Unfrieden mit seiner Umgebung lebt.
- Majoran-Öl als Einzelgabe kann angesagt sein, wenn ein Mensch befürchtet, in der Umsetzung seiner Ideale zu - erkalten - und wieder Impulse eines durchwärmenden Lebenselans braucht.
- Die Rosengeranie kann besonders Frauen eine gute Begleiterin sein, die jenseits der Wechseljahre befürchten, ihr Leben würde sinnleert werden. Ihnen kann Mut zuwachsen, an ihre Lebenserfahrung anzuknüpfen und anderen davon abzugeben.

Jeder Mensch kann mit hoher Wahrscheinlichkeit von einer aromakundlichen Behandlung profitieren.

Die lebendige Arbeit mit ätherischen Ölen entwickelt sich, zumindest im deutsch-sprachigen Raum

- aus der symptomorientierten Therapie
- über die Wahrnehmung der Person und ihrer Bedürfnisse
- zum Erkennen ihrer kreativen Aufgaben im Hinblick auf das Menschsein an sich

Den Menschen erfährt man so weniger als *Krankheitsfall* denn vielmehr als *Erscheinungsbild von Persönlichkeit* und vor allem als *kreativen Gestalter seines eigenen Lebensweges*. ▣

### Jürgen Trott-Tschepe, Jahrg. 1958.

Hilssteig 40, 14163 Berlin, 030-813 28 17  
Institut Lebendige Aromakunde Berlin / Netzwerk Lebendige Aromakunde

Mit meiner Frau und unseren vier Kindern lebe ich in Berlin und arbeite dort als Heilpraktiker, Aromakunde-Dozent und Autor.

Seit Mai 2010 bin ich Mitglied in der Berufsvereinigung für Biographiarbeit auf Anthroposophischer Grundlage.

Nach vier Jahren Theologie-Studium, fünf Jahren ambulanter Krankenpflege, drei Jahren Naturheilkunde- und zwei Jahren Pflanzenheilkundelehre gründete ich als Heilpraktiker eine Praxis und begann ab 1987 zu unterrichten, umfangreiche Forschungsarbeit mit ätherischen Ölen zu betreiben, Bücher zu schreiben und Aromareisen zu organisieren.

Seminartätigkeit:

seit 20 Jahren 10 – 30 öffentliche Lehrtätigkeiten/Jahr, in Form von: Vorträgen, Workshops, Wochen(-end-) seminaren, Jahresausbildungen, Inhouse-Seminaren, Auslands-Ausbildungen in der Schweiz, Österreich, Frankreich, Polen und Brasilien. Kooperationen in Deutschland, der Schweiz, Österreich mit FachkollegInnen.

Schwerpunkte:

Aromakunde, Biografiearbeit, Krisenintervention, Lebensberatung, Klinische Pflege mit ätherischen Ölen von Geburtshilfe bis Sterbebegleitung, Massage, Naturheilkunde allgemein.

Philosophie:

Alle schöpferischen Wege führen zu uns selbst. Will heißen: Was ich auch lerne, erlebe und entscheide, es führt immer wieder zum Ausgang und Ursprung zurück: zur Ausgestaltung meines Selbst.

So sollen alle unsere Ausbildungs-Angebote diesem Weg mit Hilfe der ätherischen Öle dienen. Dieser Weg ist ein Weg schöpferischen Tuns und voll Respekt vor unserer Schöpfung.

